

2026년 10월 식단표가

(만 1~2세 - 야간연장형)

친오애어린이집

발행처 영양팀

발행일 2026.9.17.



원본 식단 확인

일 자		1(목)				2(금)																											
저녁	야간연장형 식단 안내 야간연장형 식단은 어린이급식소에서 식재료 소량 구매에 대한 어려움 등을 덜고자 전날 점심식단에 사용된 식재료와 익일 사용할 식재료를 사용하되, 동일한 메뉴가 제공되지 않도록 조리 방법 등을 수정·변경하였습니다. [식단 표기 사항] ▶ : 1cm 이하로 잘게 썰거나 으개어 맵지 않게 제공 [알레르기 유발 식품] ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣										백미밥 동태살국⑤⑥ 두부탕수②⑤⑥ + 소스⑤⑥ 감자조림⑤⑥ 배추김치⑨		백미밥 콩나물국⑤ 닭살카레볶음 ②⑤⑥⑫⑬⑭⑮ 상추나물⑤⑥ 배추김치⑨																				
	245/9		233/11																														
일 자		5(월) 대체휴일		6(화)		7(수)		8(목)		9(금) 한글날																							
저녁											백미밥 새우살국⑤⑥⑨ 돼지고기수육⑩ + 저염쌈장⑤⑥ 숙주나물무침⑤⑥ 배추김치⑨		백미밥 물만둣국 ①②⑤⑥⑩⑬ 삼치구이⑤⑥ 브로콜리숙회⑤⑥ 배추김치⑨		백미밥 열갈이된장국⑤⑥ 간장찜닭⑤⑥⑫ 오이나물⑤⑥ 배추김치⑨																		
	245/12		251/12		237/10																												
일 자		12(월)		13(화)		14(수)		15(목)		16(금)																							
저녁											백미밥 아욱된장국⑤⑥ 돈가스①②③⑥⑩ + 소스⑤⑥⑫⑬ 사과요거트샐러드② 배추김치⑨		백미밥 미역국⑤⑥ 쇠고기메추리알조림 ①⑤⑥⑬ 청경채나물⑤⑥ 배추김치⑨		백미밥 감자국⑤⑥ 두부양념조림⑤⑥ 잔멸치볶음⑤⑥ 배추김치⑨		백미밥 근대된장국⑤⑥ 훈제오리볶음②⑤⑥ 단호박범벅①⑤ 배추김치⑨		백미밥 콩비지찌개⑤ 주꾸미채소볶음⑤⑥ 버섯나물⑤⑥ 배추김치⑨														
	254/8		234/10		239/10		244/12		228/11																								
일 자		19(월)		20(화)		21(수)		22(목)		23(금)																							
저녁											백미밥 애호박국 춘천닭갈비⑤⑥⑬ 김자반⑤ 배추김치⑨		백미밥 버섯국⑤⑥ 삼색달걀찜① 어묵양파볶음⑤⑥ 배추김치⑨		백미밥 온도토리묵국⑤⑥ 고등어조림⑤⑥⑦ 콩나물무침⑤⑥ 배추김치⑨		백미밥 수제비국⑥ 쇠고기참스테이크⑤⑥⑫⑬ 열갈이나물⑤⑥ 깍두기⑨(배추김치⑨)		백미밥 청국장국⑤⑥ 간장돼지불고기⑤⑥⑩ 참나물무침⑤⑥ 배추김치⑨														
	228/11		232/10		240/9		255/8		231/7																								
일 자		26(월)		27(화)		28(수)		29(목)		30(금)																							
저녁											백미밥 달걀찜국① 함박스테이크 ①⑤⑥⑩⑬⑭ 고구마간장조림⑤⑥ 배추김치⑨		백미밥 청경채맑은국⑤⑥ 오리불고기⑤⑥ 연근볶음⑤⑥ 배추김치⑨		백미밥 황태국⑤⑥ 마파두부⑤⑥ 애호박나물⑤⑥ 배추김치⑨		백미밥 숙주국⑤⑥ 오징어버섯볶음⑤⑥⑦ 브로콜리무침⑤⑥ 배추김치⑨		백미밥 들깨무침국⑤⑥ 돼지갈비찜⑤⑥⑩ 가지나물⑤⑥ 배추김치⑨														
	250/10		223/9		241/10		229/13		234/9																								
원산지 표시		쌀(밥,죽,누룽지)		배추김치(모든조리음식)		쇠고기		돼지고기		오리고기		콩																					
		백미		참쌀		흑미		배추(봉투알갱이)		고춧가루		국내산		수입산		국내산		국내산		국내산		국내산		국내산		국내산		국내산		국내산		국내산	
		국내		국내		국내		국내산		국내산		[한우] 국내산		국내산		불고기		미국		국내산		국내산		국내산		국내산		국내산		국내산		국내산	
		훈제오리		함박스테이크																													
		오리		돈육		계육		우육																									
		수입산		국내		수입		수입																									
		동태		주꾸미		고등어		오징어																									
		러시아		국내산		노르웨이		원양산																									

2026년 10월 식단표가

(만 1~2세 - 일반형)

친오애어린이집

발행처 영양팀

발행일 2026.9.17.



원본 식단 확인

일 자	생일식단	[식단 표기 사항]		1(목)	2(금)	3(토) 개천절
오전간식	굴	: 자연간식 : 저탄소식단	: 생일식단 : 꾸러미식단	방울토마토⑫	연근죽	
점 심	백미밥 쇠고기미역국⑤⑥⑫ 영양찜닭⑤⑥⑫ 과일샐러드①⑤ 배추김치⑨	: 이 달의 채소 (버섯) 세계음식 : 세계 음식의 날(베트남) : 1cm 이하로 잘게 썰거나 으개어 맵지 않게 제공	백미밥 취나물된장국⑤⑥ 돈독살구이⑤⑩ 콩나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 들깨수제비국⑥ 오징어볶음⑤⑥⑦ 청경채나물⑤⑥ 배추김치⑨		
오후간식	케이크①②⑤⑥ +우유②	난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣	치즈주먹밥②⑤	(저당)시리얼⑤ +우유②		
영양/단백질	401/13			346/14	403/14	
일 자	5(월) 대체휴일	6(화)	7(수)	8(목)	9(금) 한글날	10(토)
오전간식		바나나	배	버섯죽		우유②
점 심		백미밥 청국장국⑤⑥ 훈제오리볶음②⑤⑥ 가지나물⑤⑥ 배추김치⑨	쇠고기볶음밥⑤⑥⑫ 달걀국① 새우살계찜조림⑤⑨⑫ 무새콤무침⑤⑥ 배추김치⑨	찰보리밥 순살돈육탕⑤⑥⑩ 두부양념찜⑤⑥ 근대나물⑤⑥ 배추김치⑨		해물칼국수⑤⑥⑦⑩⑫ 추가밥 떡갈비조림 ⑤⑥⑩⑫⑬ 배추김치⑨
오후간식		애호박양파전②⑤⑥	찐빵 +떠먹는요구르트②	소보로빵①②④⑤⑥ +우유②		키위+우유②
영양/단백질		351/15	376/17	435/16		375/15
일 자	12(월)	13(화) 초록곰식	14(수)	15(목)	16(금)	17(토)
오전간식	단감	당근잡쌀죽	굴	오크우유미숫가루②⑤⑥	단호박죽	두유⑤
점 심	백미밥 청경채맑은국⑤⑥ 닭살파프리카볶음 ⑤⑥⑫ 청포묵무침⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 연두부백탕⑤⑥ 순살삼치조림⑤⑥ 얼갈이나물⑤⑥ 각두기⑨(배추김치⑨)	백미밥 양배추된장국⑤⑥ 제육볶음⑤⑥⑩ 연근고구마조림⑤⑥ 배추김치⑨	버섯콩나물밥⑤ +양념장⑤⑥ 황태국⑤⑥ 삼색달걀말이①⑤ 김구이⑤ 배추김치⑨	흑미밥 배춧국⑤⑥ 쇠불고기⑤⑥⑫ 오이나물⑤⑥ 각두기⑨(배추김치⑨)	참치채소볶음밥 ⑤⑥⑫ 우동국⑤⑥ 마파두부⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	다진유부주먹밥 ①②⑤⑥	사과+우유②	간장비빔국수⑤⑥	찐감자+매실차	롤빵①②⑤⑥ +우유②	방울토마토⑫ +우유②
영양/단백질	351/15	354/15	361/12	393/17	414/16	344/17
일 자	19(월)	20(화)	21(수)	22(목)	23(금)	24(토)
오전간식	떠먹는요구르트②	누룽지죽	사과	배	얼갈이죽	우유②
점 심	백미밥 근대맑은국⑤⑥ 돼지갈비찜⑤⑥⑩ 잔멸치볶음⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 안배운육개장⑤⑥⑫ 오징어조림⑤⑥⑦ 시금치나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 아욱국⑤⑥ 고구마오리주물럭⑤⑥ 브로콜리무침⑤⑥ 배추김치⑨	돈육자장밥 ②⑤⑥⑩⑫⑬ 콩나물국⑤ 너비아니구이 ⑤⑥⑩⑫⑬ (저당)요구르트② 배추김치⑨	찰보리밥 조갯살미역국⑤⑥⑩ 두부달걀부침①⑤⑥ +양념장⑤⑥ 오이무침⑤⑥ 배추김치⑨	닭곰탕⑫ 백미밥 동태조림⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	어묵탕⑤⑥	잼도넛빵①②⑤⑥ +우유②	버섯전①⑤⑥	단호박찜+보리차	샤인머스켓 +우유②	쌀과자+우유②
영양/단백질	342/17	407/16	335/13	327/14	372/12	368/16
일 자	26(월)	27(화)	28(수)	29(목)	30(금) 세계음식	31(토)
오전간식	참깨죽	단감	아욱죽	오크우유미숫가루②⑤⑥	사과	두유⑤
점 심	백미밥 감자양파국⑤⑥ 돼지고기수육⑩ +저염쌈장⑤⑥ 상추나물⑤⑥ 배추김치⑨	오므라이스①⑤⑫ 미소국⑤⑥ 물만두찜 ①②⑤⑥⑫⑬ 짜먹는요구르트② 배추김치⑨	백미밥 쇠고기탕국⑤⑥⑫ 카레고등어구이 ②⑤⑥⑦⑫⑬⑭⑮ 버섯나물⑤⑥ 배추김치⑨	백미밥 애호박국 탕수육①⑤⑥⑩ +소스⑤⑥⑫ 양배추샐러드①②⑤ 배추김치⑨	흑미밥 시금치된장국⑤⑥ 간장닭갈비⑤⑥⑫ 숙주나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	로제소스리조또 ①②⑤⑥⑩⑫⑬⑭⑮ 맑은장국⑤⑥ 미트볼채소조림 ①⑤⑥⑩⑫⑬ 배추김치⑨
오후간식	바나나+우유②	찐고구마+보리차	밤식빵①②④⑤⑥ +우유②	김가루주먹밥⑤	미연쌈오들⑤⑥⑨⑫ (새우잡채)	크로와상①②⑤⑥ +우유②
영양/단백질	412/16	410/13	428/16	449/17	332/16	426/15

원산지 표시	쌀(밥,죽,누룽지)			배추김치(모든조리음식)		쇠고기		토요일	돼지고기	닭고기	오리고기	콩				
	백미	잡쌀	흑미	배추(봄동,얼갈이)	고춧가루	국내산	수입산					두부	순두부	연두부		
	국내	국내산	국내산	국내산	국내산	☐한우국거리국내산	불고기미국산					국내산	국내산	국내산		
	훈제오리		너비아니				떡갈비					참치		미트볼		
	가공품	오리	돈육	계육			돈육					우육	계육	다랑어	돈육	계육
	국내.중국산	수입산	수입산			수입	수입	수입	국내산	중국	수입	수입				
수산물	오징어(2일)		오징어(20일)		고등어		오징어(10일)		동태							
	원양산	원양산	원양산	노르웨이			원양산	러시아								

※ 시설에서 사용하는 식재료(*가공식품 포함)의 원산지 및 알레르기 유발 식품을 확인하여 반드시 식단표에 표시한 후 게시해주시기 바랍니다.
 ※ 아산시어린이·사회복지급식관리지원센터 제공되는 식단을 임의로 변경하여 발생하는 문제에 대해서는 책임지지 않습니다.
 ※ 본 식단은 어린이집 유치원 내 사용 목적으로만 제공하고 있으며, 소유권은 아산시어린이·사회복지급식관리지원센터에 있습니다. 상업적 사용을 절대 금지합니다.